

クイックスタート  
ガイド



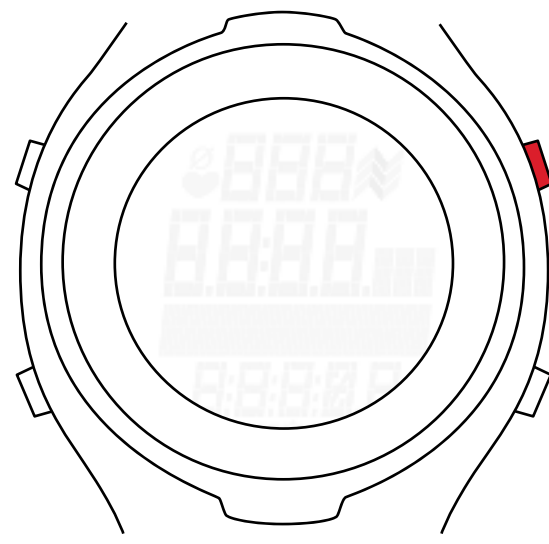
Transmission frequency: 5.4 kHz  
Transmission Power < 11.37 dBm

PC 15.11

日本語

DEUTSCH ESPAÑOL  
ENGLISH NEDERLANDS  
FRANCAIS POLSKI  
ITALIANO ČESKY

1 PC 15.11の起動

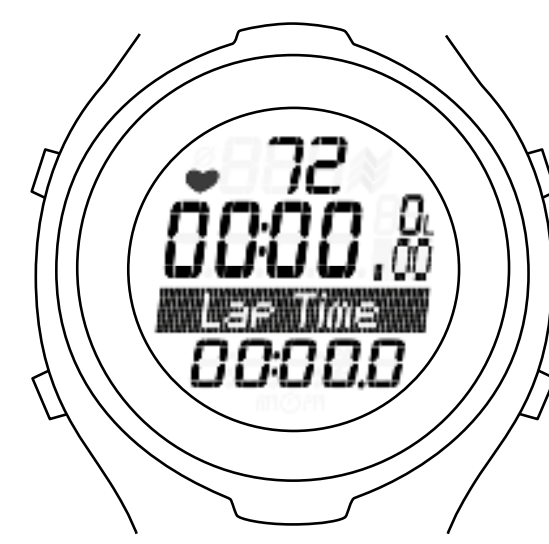


PC15.11を初めてご使用になるときは、まず本体の起動を行います。スタート/ストップボタンを5秒間押し続けてください。自動的に設定モードに入ります。6を参照して基本設定を行ってください。

2 PC 15.11のトレーニングモード



PC15.11をスリープモードからトレーニングモードに切り替えるには、4つのボタンのいずれかを2秒間押し続けます。

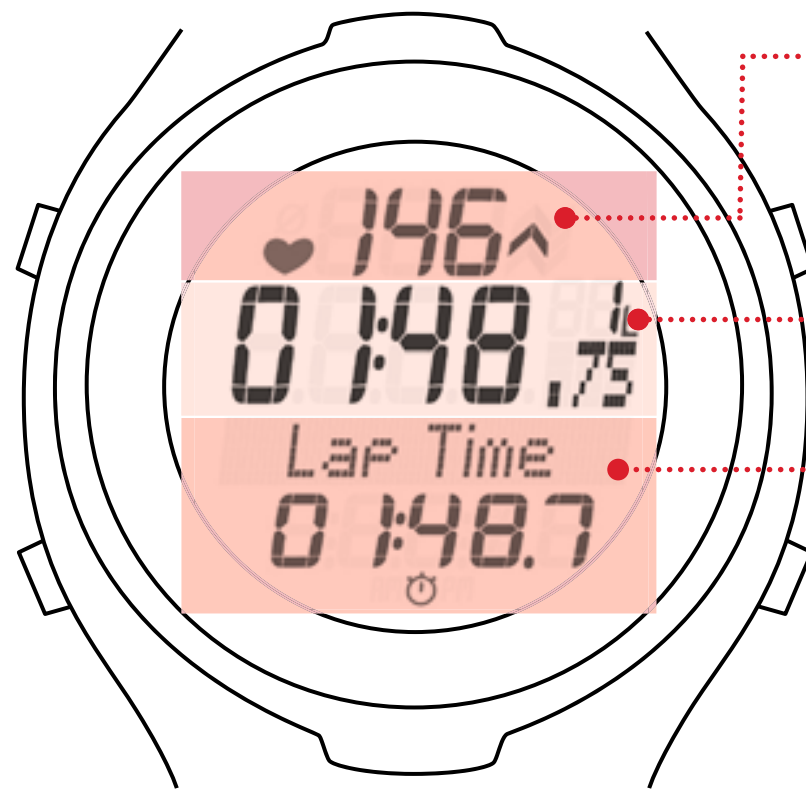


PC 15.11がトレーニングモードに入ります。心拍数が表示され、下段に選択中の機能名が反転表示されます(上図は“消費カロリー”)。



トレーニングを始めるときは、スタート/ストップボタンを押してください。このとき、選択中の機能が反転表示から通常表示に変わります。

3 ディスプレイの表示概要



← 上段:  
心拍数計測中を表すハートマークのアイコンと心拍数が表示されます。また矢印アイコンは、設定した心拍数ゾーンを現在上回っているか、下回っているかを示します。

← 中段:  
トレーニングタイム、および、ラップ回を表示します。

← 下段:  
機能とその値を表示します。+/-ボタンを押すと、機能表示が切り替わります。

4 ボタン機能

PC10.11は、ボタンを短く押すか、または、長押し(2秒間押し続ける)することで操作できます。

ラップボタン:

短く押す:

- トレーニングモードのとき  
押す度に新しいラップを記録し、直前の記録を5秒間表示します。
- ラップ表示モードのとき  
各ラップタイムをさかのぼってスクロールします。
- 設定モードのとき  
機能なし

長押しする:

- トレーニングモードのとき  
ラップ表示モードに切り替わり、直前のラップ記録を表示します。
- ラップ表示モードのとき  
ラップ表示モードからトレーニングモードに切り替わります。
- 設定モードのとき  
機能なし

+ ボタン

短く押す:

- トレーニングモードのとき  
機能項目を逆スクロールします。
- ラップ表示モードのとき  
選択したラップの記録を項目別に逆スクロールして表示します。
- 設定モードのとき  
設定項目を逆スクロール、または、数値を減少します。

長押しする:

- トレーニングモードのとき  
トレーニングモードからスリープモードに切り替わります。
- ラップ表示モードのとき  
機能なし
- 設定モードのとき  
設定項目の逆スクロールや数値の減少を早送りします。

スタート/ストップボタン

短く押す:

- トレーニングモードのとき  
ストップウォッチをスタート、または、ストップします。
- ラップ表示モードのとき  
各ラップタイムをスクロールします。
- 設定モードのとき  
選択した項目を確定します。

長押しする:

- トレーニングモードのとき  
トレーニングデータをリセットします。
- ラップ表示モードのとき  
機能なし
- 設定モードのとき  
機能なし

+ ボタン

短く押す:

- トレーニングモードのとき  
機能項目をスクロールして表示します。
- ラップ表示モードのとき  
選択したラップの記録を項目別にスクロールして表示します。
- 設定モードのとき  
設定項目をスクロール、または、数値を減少します。

長押しする:

- トレーニングモードのとき  
設定モードに切り替えます。
- ラップ表示モードのとき  
機能なし
- 設定モードのとき  
設定モードからトレーニングモードに切り替わります。また、設定項目のスクロール、数値の減少を早送りします。

5 PC 15.11 のメニューツリー

スリープモード	ラップ表示モード	トレーニングモード	設定モード
時刻と日付が表示されます。	ラップ回	心拍数(現在)	言語
	ラップタイム	心拍数ゾーン内での運動時間/%	トレーニングゾーン
	スタートからのタイム	ラップ回	消費カロリー
	平均心拍数	ストップウォッチ	積算トレーニング時間
	最大心拍数	ラップタイム	積算消費カロリー
	心拍数ゾーン内での運動時間/%	平均心拍数	ディスプレイの表示コントラスト
	消費カロリー	最大心拍数	ボタン音
		ゾーンバー	ゾーンアラーム
			体重
			最大心拍数

\* ストップウォッチが稼働しているときは表示されません。

6 基本項目の設定方法

1. トレーニングモードから設定モードに切り替えるには、+ボタンを長押しします。
2. +/-ボタンを押して設定したい項目の表示を切り替えてください(言語・日付・時刻・性別...等)。
3. スタート/ストップボタンを押して設定項目を決定すると、数値や選択項目が点滅します。
4. +/-ボタンを繰り返し押し、設定したい数値や項目を表示させます。

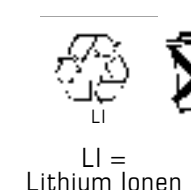
7 さらに詳しくは...

PC10.11のさらに詳しい操作方法、および、その他の重要な情報については、製品に付属のminiCD(日本語なし)、または、(<http://www.akiworld.co.jp/sigma/>)をご参照ください。

EU-Declaration of Conformity

We, SIGMA-ELEKTRO GmbH, Dr.-Julius-Leber-Str. 15, D-67433 Neustadt/Weinstraße declare under our responsibility that the product PC 15.11 and the transmitters analogue chestbelt are compliant with the essential requirements and other relevant requirements of the RED Directive 2014/53/EU and the RoHS Directive 2011/65/EU. The declaration of conformity can be found at: [ce.sigmasport.com/pc1511](http://ce.sigmasport.com/pc1511)

CEその他法規の適合は以下にてご確認いただけます。  
[ce.sigmasport.com/pc1511](http://ce.sigmasport.com/pc1511)



バッテリーの廃棄については、お住まいの自治体、および、行政の定める方法に従ってください。

